

## **Frau und Beruf international**

make it in ulm

### **Qualifizierung für den beruflichen Wiedereinstieg Februar bis Juli 2019**

Seit vielen Jahren ist es ein Ziel der Frauenakademie, möglichst viele internationale Frauen als Teilnehmerinnen und Dozentinnen zu gewinnen. Dies ist eine Bereicherung für die Einrichtung, die dadurch an Diversität gewinnt, und es ist ein Gewinn für die internationalen Teilnehmerinnen, die dadurch neue Freundschaften und viel Hintergrundwissen über Kultur und Geschichte dieses Landes erhalten. Um das Thema Interkulturalität fest in unserem Programm zu verankern, sind die Europäischen Lernpartnerschaften der Frauenakademie entstanden (Grundtvig 2002-2009), die Qualifizierung zur Kulturmittlerin im »Transkulturellen und interreligiösen Lernhaus der Frauen« (seit 2010), der Women's Club und der Book Club (seit 2016), die Sprach- und Kommunikationstreffs »Café Aleman« in den Stadtteilen (seit 2013) und viele Projekte und Kooperationen.

Durch den engen persönlichen Kontakt mit Teilnehmerinnen von »Frauenakademie international« und Deutschkursen der vh wurde uns ein Bedarf mitgeteilt – eine Lücke zwischen Sprachkursen und dem Finden eines passenden Arbeitsplatzes – dem wir durch die Entwicklung der neuen Qualifizierung für Wiedereinsteigerinnen im Kurs **»Frau und Beruf international«** entsprochen haben.

Ausgangssituation der Teilnehmerinnen:

Sehr gut ausgebildet, teilweise längere berufliche Karriere im Herkunftsland, dann der Umzug nach Deutschland aus persönlichen bzw. familiären Gründen, oft haben die Ehemänner eine Arbeitsstelle in Ulm oder Umgebung, die Frauen – mit oder ohne Kinder – haben sich einigermaßen eingelebt, Sprachkurse besucht, gute Deutschkenntnisse (B2 oder C1) erworben.

Auf der Suche nach einer Arbeitsstelle, die ihrer Qualifikation angemessen ist, treffen sie auf Schwierigkeiten, die sie oft nicht einordnen können. Sie fühlen sich allein und frustriert und kommen nicht weiter. Hier setzen wir an und wollen Mut machen, das Selbstbewusstsein stärken, zu einer realistischen Selbsteinschätzung verhelfen, unterstützen, wenn eine Umorientierung erforderlich ist und bei der Suche nach geeigneten Möglichkeiten behilflich sein. Wichtig ist dabei die Zugehörigkeit zu einer Lerngruppe, die sich stützt und bereichert. Ebenso ist der Faktor Zeit entscheidend, denn die Arbeitssuche ist ein Prozess, bei dem es um Persönlichkeitsentwicklung geht, die Modifizierung von Denk- und Verhaltensmustern, Veränderungen im Privat-/Familienleben, Umgang mit Stress und Rückschlägen – und das braucht Zeit und eine vertrauensvolle Atmosphäre.

Ein besonderes Plus unseres Angebotes ist das große Netzwerk der Frauenakademie (500 Teilnehmerinnen, die hier wohnen und arbeiten/gearbeitet haben), das die Frauen nutzen um über persönliche Beziehungen ein Praktikum in einem Betrieb zu bekommen, dort Eindrücke zu sammeln und »Eindruck zu hinterlassen«. Im besten Fall passen Betrieb und Arbeitssuchende so gut zusammen, dass daraus ein Arbeitsverhältnis wird.

Dass dieser Weg funktioniert, haben wir in den Jahren 2006 bis 2014 erfahren, in denen der Kurs »Frau und Beruf – Qualifizierung für den Wiedereinstieg nach der Familienphase« stattfand. Die gut ausgebildeten Familienfrauen standen damals an einem ähnlichen Punkt, brauchten die Inhalte dieses intensiven Kurses, die Dynamik der Gruppe, die Fachkompetenz und das partnerschaftliche Gegenüber der Dozentinnen, die Netzwerke und Praktikumsstellen. 80% der Teilnehmerinnen sind wieder berufstätig geworden.

Aufbauend auf den langjährigen Erfahrungen im Bereich interkultureller Bildungsarbeit und im Bereich der Qualifizierung von Frauen für den beruflichen Wiedereinstieg haben wir das neue Konzept **»Frau und Beruf international«** entwickelt und speziell auf die neue Zielgruppe zugeschnitten.

#### **Inhalte:**

- **Potenzialanalyse**

Ein schriftliches Testverfahren, dessen Auswertung die Grundlage für die Erstellung eines individuellen Persönlichkeitsprofils ist. In einem persönlichen Feed-Back-Gespräch werden die Ergebnisse der Potenzialanalyse in Bezug auf die zukünftige Orientierung besprochen.

- **Kommunikation**

#### **Konfliktbewältigung, Umgang mit Stress und Rückschlägen**

Unsere innere Haltung beeinflusst maßgeblich unser Handeln und Sprechen. Besonders in schwierigen Situationen und Konflikten ist es wichtig, sich dieser inneren Haltungen bewusst zu werden. Basis des Seminars ist die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg.

- **Zeitmanagement, Vereinbarkeit von Privatleben und Beruf**

Eine Bestandsaufnahme des persönlichen Zeitmanagements mit dem Ziel »Zeitfresser« zu erkennen, Prioritäten zu setzen, Zeitpläne zu erstellen, Stress zu vermeiden.

- **Kulturelle Kompetenzen nutzen, biografische Ressourcenarbeit**

Ein reflektierter Blick auf die verschiedenen Teilaspekte, aus denen sich die eigene Persönlichkeitsbiografie zusammensetzt, zeigt die Fülle an Ressourcen auf, über die jede Einzelne verfügt. Es werden kreative und interaktive Methoden eingesetzt.

- **Interkulturelle Zusammenarbeit im beruflichen Kontext**

Interkulturelle Sensibilität sowie Kompetenz für ein allgemein besseres Zusammenleben und eine bessere Zusammenarbeit im beruflichen Kontext sollen entwickelt werden; Fähigkeiten werden beigebracht, angemessen mit Menschen aus anderen Kulturen zu interagieren und Mut dafür zu entwickeln. Erkennen und Wertschätzen der kulturellen Prägungen oder Gepflogenheiten, die für Teams in deutschen Betrieben bereichernd sind.

- **Informationen – Arbeitsmarkt – Berufsfelderkundung**

Agentur für Arbeit – Berufswünsche – Chancen und Barrieren

Finanzielle Absicherung (Rente, Versicherungen, Verträge, Arbeitsgesetz, Existenzgründung etc.)

- **Netzwerke nutzen und fördern, Kontakttreffen mit FA-Frauen**  
Möglichkeiten der vorhandenen Netzwerke erkennen und nutzen, neue Netzwerke aufbauen und pflegen (persönlicher Bekanntenkreis, Frauenakademie, vh und andere)
- **3 Wochen Praktikum in Teilzeit oder Vollzeit**
- **Intensives Bewerbungstraining**  
Tipps zur Vorgehensweise bei einer Bewerbung, von der Stellensuche (inkl. Internetrecherche/Internetbewerbung) bis zum Üben von selbstbewusstem Auftreten und angemessenen Formulierungen im Vorstellungsgespräch. Aktuelle Bewerbungsunterlagen werden erstellt.
- **Abschlussprojekt**  
Um das Gelernte zusammenzufassen: Arbeiten im interkulturellen Team, Anwenden der erlernten Kommunikations- und Präsentationstechniken

Im Anschluss besteht die Möglichkeit zur Unterstützung des Berufseinstiegs bzw. der ersten Phase am neuen Arbeitsplatz durch Gruppen- und Einzelcoaching.

Der Unterrichtsort EinsteinHaus ist vielen Teilnehmerinnen schon durch die Sprachkurse bekannt und bietet vielfältige Querverbindungen zu den anderen Fachbereichen (EDV, Berufliche Bildung, DaF, Sprachenschule).

Wir sind froh, dass wir für diese Qualifizierung besonders erfahrene Dozentinnen mit interkulturellen Kompetenzen gewinnen konnten, denen die individuelle Betreuung jeder einzelnen Teilnehmerin wichtig ist.

#### **Dozentinnen:**

**Simone Schliemann**, Dipl.-Pädagogin, Unternehmenskommunikation, Kulturmittlerin

**Dagmar Neubert-Wirtz**, Politikwissenschaftlerin, Soziologin, Kommunikationstrainerin

**Nathalie Rieutort**, Dipl.-Betriebswirtin, System Business Coach, Team Facilitator

**Adelheid Schmidt**, Dipl.-Psychologin, Kommunikationstrainerin (GfK), Coach

#### **Kursleitung:**

**Bärbel Schmidt**, Erwachsenenpädagogin, Sozialwirtin

Bärbel Schmidt  
Fachbereich Frauenakademie,  
Frau und Beruf  
Ulmer Volkshochschule  
EinsteinHaus  
Kornhausplatz 5  
89073 Ulm  
Durchwahl 0731 153026  
schmidt@vh-ulm.de  
www.frauenakademie-ulm.de